



Manual de ejercicios en psicología del deporte [: cinco habilidades psicológicas para el éxito deportivo /

Jiménez Lerín, Angélica.

Dykinson,
2016.

Recurso Electrónico

El presente Manual pretende ser una guía objetiva, eficaz y de fácil aplicación, en donde sin importar el nivel de conocimientos, edad o grados académicos, las personas, entrenadores, deportistas (de cualquier nivel o categoría), puedan beneficiarse de su uso y así continuar fortaleciendo su mente y sus recursos para enfrentarse a situaciones cada vez más como demandantes, tanto en el deporte, como de la vida.

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMzc1ODQzNjM>

Título: Manual de ejercicios en psicología del deporte Recurso electrónico] : cinco habilidades psicológicas para el éxito deportivo Angélica Jiménez Lerín, Fernando Vázquez Pineda.

Editorial: Madrid Dykinson 2016.

Descripción física: 1 archivo il.

Contenido: Introducción ; Indicaciones generales ; Por último y empezamos Estructura de las sesiones ; ¿Cómo sé si lo que hago funciona? ¿Lo estoy haciendo bien? Evaluación de habilidades psicológicas ; Evaluación de habilidades psicológicas ; Sesiones ; Primer módulo: Motivación ; Segundo módulo: Manejo de la ansiedad ; Tercer módulo: Concentración ; Cuarto módulo: Autoconfianza ; Quinto módulo; Cohesión ; Referencias

Restricciones de acceso: Acceso restringido a los usuarios de la Universidad Nebrija. Limitaciones de impresión, copia y descarga.

Programa de estudio: A0115.

Detalles del sistema: Ordenador con navegador de Internet

ISBN: 9788490856901 9788490857243 ed. electrónica)

Materia: Psicología- Deportes- En línea. Deportes- Aspecto psicológico- En línea.

Autores: Vázquez Pineda, Fernando.

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es